secunde-metri-shooturi în SPORTUL popular

In 24 de ore

Concursul de Sky dela Leningrad

LENINGRAD, 1 (Ofpress). — In regiunea Leningrad s'a organizat recent o tabără de ski de antrenament, tabără din care au făcut parte cei mai buni skiori din U.R.S.S.

Tabăra a fost organizată pe perioada de o lună și s'a încheiat cu un concurs de sărituri.

Cu acest prilej, cea mai bună performanță a fost realizată de Pavlov (Leningrad), care a sărit pe o trambulină de 55 metri. Al doilea s'a clasat Kudriașev (Moscova), cu o săritură de 51 metri.

Campionatele Europene de lupte libere

STOCKHOLM, 1 (OFPRESS).— După o îndelungată întrerupere, s'au disputat aici, nu demult, campionatele europene de lupte libere, la care au participat reprezentanții Suediei, Finlandei, Turciei, Ungariei, Belgiei, Elveției, Franței, Cehoslovaciei și Angliei.

Titlurile de campioni europeni au fost câștigate de următorii:
Categoria muscă — L. Vittala (Finlanda)
" cocoș — L. Biringer (Ungaria)
" pană — Gazenfer Bilgs (Turcia)
" semi-mijlocie Yashar Dogu (Turcia)
" mijlocie — E. Virtanen (Finlanda)
" semi-grea — B. Falquist (Suedia)
" grea — B. Antonson (Suedia).

In clasamentul general pe echipe s'au clasat.
1. Turcia — 15 puncte.
2. Suedia — 12 puncte.
3. Finlanda — 9 puncte.

Boxeur-ul finlandez Sulo Gustavson a trecut la profesionism

HELSINKI, 1 (OFPRESS). — Boxeurul de categorie semi-grea, Sulo Gustavsson, o speranță a boxului finlandez, a trecut la profesionism.

Astăzi dimineață la Paladium

Reuniunea matchurilor echilibrate

- Intre tehnica lui Weintraub și pumnul și avântul lui Stanomir
- Este posibil un alt rezultat decât K. O., între Dumitru Marin și Ion Sfetcu?
- Ilie Pițu are un dificil match cu Gh. Florea
- Două partide de amatori în deschidere.

Comisia de organizări a Federației române de box, regisează astăzi dimineață începând dela orele 10 precis, a șasea gală profesionistă de box a anului.

Astfel cum este alcătuit, programul oferă în totalitatea lui, un promițător spectacol, garantat de prezența pe afiș a unor elemente capabile de a oferi întâlniri spectaculoase.

Conformându-ne tradiției, vom analiza șansele combatanților.

AMATORI

Pe A. Niculescu (C.F.R.) nu l-am văzut de mult în ring. Cu vechea lui valoare ar avea un mic avantaj asupra lui **M. Caraiman** (Claudiu).

Dacă nu va păcătui prin autoîncredere și box dezordonat, **Al. Blanc** (Tirul) are dreptul să pretindă victoria în matchul cu **Ion Briceag** (Claudiu).

I. PIȚU — GH. FLOREA

Am susținut și exemplificat teoretic, dece acest match este destul



ILIE PIȚU

de echilibrat în ciuda anticipărilor unanime, care-i prevăd șanse detașate lui Pițu. Fostul adversar al lui Ion Chiriac va avea astăzi mult de furcă cu Gh. Florea și va fi nevoit să uzeze de toate posibilitățile sale pentru a-și apropia o victorie greu muncită.

DUMITRU MARIN — I. SFETCU

Credem că nimeni nu poate pretinde să indicăm un favorit sigur. Intâlnirea aceasta dramatică, care are șanse masive să se termine înaintea reprizelor angajate, are specificul ei, determinat de puterea loviturilor celor doi adversari. Va fi o întrecere pasionantă, o cursă a forței și rezistenței, în care aceste două atribute vor determina rezultatul final. Deși oricare alt rezultat este posibil, favoritul nostru rămâne Ion Sfetcu.

A. WEINTRAUB — FL. STANOMIR

va câștiga în limpezime și frumusețe, dacă Weintraub va renunța la boxul său închis și pur și simplu va accepta să se bată, mai ales Spectacolul pe care îl anticipăm, că Stanomir este un partener ideal pentru reușita unui match spectaculos.

Technica lui Weintraub va avea de rezolvat problema pumnului și a stilului de luptător avântat al lui Stanomir. Lupta este bine echilibrată și după toate indicațiile este probabil să înregistrăm o decizie de egalitate, deși orcare alt rezultat nu poate constitui o surpriză.

Technica Sportivă

„INCALZIREA" SARITORULUI

de CLEMENT BACIU

Se înțelege, în vocabularul atletic, prin „încălzire" o serie de exerciții fizice ce se execută într'o ordine impusă de respectarea curbei fiziologice a efortului, la începutul antrenamentului.

„Incălzirea" atletică urmărește:

1. mărirea randamentului muscular, căci un mușchiu „încălzit" se contractă mai spontan și mai eficace.

2. mobilizarea articulațiunilor și

3. pregătirea marilor funcțiuni organice (circulația, respirația, secrețiunile endocrine), în vederea efortului pretins de probă.

Durata depinde de natura antrenamentului (de condiție fizică sau de specializare) de starea individuală de pregătire și de temperatura mediului în care se lucrează. Oricum, va ține cel puțin 10 și cel mult 30 de minute. In clipa în care atletul a început să transpire, fără a fi obosit, el poate începe antrenamentul propriu-zis.

Dacă transpirația este provocată prea devreme și se însoțește de senzații de oboseală, sau dacă întârzie, aceasta poate fi interpretată ca simptomul unui început de supra-antrenament.

Incălzirea se face totdeauna, chiar și vara, în training, cu un prosop, la gât. Se poate lucra cu pantofi de gimnastică sau, pe gazon moale, chiar în picioarele goale. Aceasta ar reprezenta un minunat exercițiu de întărire al bolții plantare. Echipamentul din cross-urile de iarnă a fost descris la capitolul respectiv.

Presupunându-se că o încălzire durează 15 minute, ea trebue astfel împărțită:

— 5 minute pentru alergare ușoară, cu mișcări respiratorii. Coatele se ridică la nivelul umerilor în inspirație, iar în expirație brațele atârnă dealungul corpului, fiecare timp respirator făcându-se pe 3 sau 4 pași de alergare. Aceasta pregătește pentru efortul pretins de probă și mărește capacitatea vitală pulmonară, deci posibilitatea de a-se vagena mai intens sângele funcțiune de care depinde întreținerea masei musculare.

— 5 minute de exerciții de detentă, de preferat pe linia de mișcare a specialității respective. Indicăm, în special, aceste trei mișcări executate în ordine:

a) din alergare ușoară, la al 3-lea sau al 5-lea pas, ne face o bătaie. Planta rulează pe pământ, călcâiu-vârf, piciorul de bătaie se extinde, genunchiul piciorului pendulant este aruncat în sus și înainte, iar mâinile „trag aerul", ca la lungime. Căderea se face pe celălalt picior, apoi, se execută iar 3 sau 5 pași, și se bate cu celălalt picior. Se continuă astfel, ritmic, când pe stângul, când pe dreptul, pe o distanță de 40-50 m.

b) cu un singur pas se face o bătaie, genunchiul piciorului pendulant se aruncă mult în sus, mâinile „trag aerul". Căderea se face tot pe piciorul de bătaie, apoi celălalt picior, execută aceeiași mișcare. Se continuă astfel, legat, când pe un picior, când pe celălalt, sărindu-se din ce în ce mai sus, pe o distanță de 40—50 m.

c) sărituri pe loc, într'un singur picior, când mai sus, când mai jos, de câte 10-15 ori, apoi se schimbă piciorul.

— ultimele 5 minute sunt rezervate sprinturilor ușoare, sburătoare („fliegenden Sprinten") sau gradate. Se va executa 3 sau 4 asemenea alergări, pe 40-60 m. Intr'unul din acestea se va intercala mereu la al 3-lea pas, câte o alungire de fuleu (nu săritură ci doar alungire).

Intre exercițiile acestor trei grupe se execută mișcările de gimnastică atletică, în următoarea ordine:

1. mișcări de brațe și picioare.
2. mișcări de trunchiu, în plan antero-posterior.
3. mișcări de spate-umeri-ceafă.
4. mișcări de trunchiu în plan lateral (și rotări).
5. mișcări de abdomen.
6. mișcări de brațe (pentru forță).

Deobiceiu, primele trei mișcări se intercalează în alergarea respiratorie, următoarele două între exercițiile de detentă și ultimele la începutul sprinturilor ușoare.

Nesocotirea unei serioase „încălziri" și deci efortul prea brusc pretins dintr'odată organismului, este cauza celor mai frecvente accidente atletice, ca rupturile de fibre musculare, elacajul și disorsiunile ligamentare. Repetându-se aceste eforturi brusce duc la supra antrenament și, cu timpul, la turburări ale marilor funcțiuni organice.

Eri pe Valea lui Carp

Concursul de sky pentru Cupa Capitalei s'a bucurat de un deosebit succes

— Ceața și zăpada au împiedecat o bună desfășurare —

SINAIA (prin telefon). — Azi dimineață (N. R.: ieri) s'a desfășurat pe valea lui Carp concursul de sky coborîre din combinație alpină, pentru Cupa Capitalei, donată de d. insp. Papadache. Timpul a fost cețos, cu zăpadă nefavorabilă. S'au prezentat numeroși concurenți, cari au prilejuit dispute interesante.

Din cauza timpului neprielnic, au fost câțiva accidentați. Astfel, Suchianu și Ernest Patrichi au suferit accidente în cursul antrenamentului iar Penta Mircea (CFR) în timpul concursului.

Mâine se va disputa proba de slalom, după care se va da rezultatele finale ale combinației alpine.

Rezultatele concursului au fost următoarele:

COBORARE DOMNI

1. Bolov (CFR) 1.34.3/5.
2. Popescu Fl. (Telef.) 2'
3. Munteanu (CFR) 2'17.
4. Busuioc Dem (2'29.
5. Enescu (Telef.) 2'38.
6. Patraulea (Club Carpatin Român 2'55.
7. Baciu Nic. (SCB) 2'29.
8. Hozan (TCR) 4'34.
9. Hesanu (TCR) 4'41.
10. Leca C. (SCB) 5'03.
11. Condeescu Dan 5'11.3/5.

DOAMNE
CUPA SANDA BADESCU

1. Marinescu Nadeja (SCB) 3.34.
2. Solange Herbez dela Tour (SCB) 5.17.
3. Patraulea (SCB) fără timp.

In match amical

C. F. R. a învins ușor Grivița CFR cu 4:1 (0:0, 2:0, 2:1)

Eri după amiază s'a disputat pe stadionul Giulești primul match amical al anului. C.F.R. a întâlnit în 3 reprize a 15 minute pe Grivița C.F.R. Cu tot terenul desfundat, echipele au dat dovadă de stăpânirea balonului și o bună condiție fizică.

Braun, antrenorul C.F.R.-ului a supraveghiat echipa dând sfaturi. In general, ca ansamblu, feroviarii au dat satisfacție.

Autorii celor 5 goaluri au fost următorii:

Stroia (2) Filotti și Lungu dela C.F.R. și Darie pentru învinși.

Au fost utilizate următoarele formații:

C.F.R.: Negrea, Ghiurițan, Asbiceanu, Urechiatu, Mari, Apoizan, Lungu, Mihăilescu, Stroia, Filotti, Tănăsescu.

GRIVIȚA C.F.R.: Sadowsky, Borș, Coman, Balu, Lengheriu, Surdu, Dumitrescu, Dragu, Darie, Costea, Iosif.

Din secretele unui antrenor

Inspirându-se dela eschimoși

ELEK SCHWARTZ a cumpărat 3 kg. de lacherdă și 11 perechi ciorapi de mătase pentru a lupta contra frigului

„Două precauțiuni" valorează mai mult decât una, spune dictonul". Dar Elek Schwartz, antrenorul lui A. S. Cannes, este convins că două precauțiuni nu sunt suficiente. Ele trebue să fie multiple. Astfel el s'a inspirat dela Eschimoși și dela Ruși, pentru a obișnui echipa să lupte împotriva frigului.

„Oamenii din Groenlanda, înmagazinează caloriile sub formă de materii grase, spune el. „Cum se face frig, în acest moment, eu cumpăr 3 kg. de lacherdă grasă pentru jucătorii mei. Ei vor avea căldură astfel... în interior".

Dar în afară de lacherdă, Schwartz mai poartă cu el, 11 perechi ciorapi de mătase. A devenit el oare conducătorul unei echipe feminine? A! Nu... Cele unsprezece perechi de ciorapi sunt destinate foot-baliștilor.

„In timpul campaniei din Rusia, s'a observat că nemții aveau în mod frecvent picioarele înghețate, în timp ce rușii suportau perfect cea mai ridicată temperatură. Pentruce? Foarte simplu, pentrucă soldații armatei roșii luau măsura de a-și pune ciorapi de mătase după ce'și ungeau picioarele cu vaselină".

SECRETUL DOSARULUI ALBASTRU"

Există ceva de care Schwartz nu se desparte niciodată, și pe care îl păstrează cu grije ca pe un tezaur. Este un dosar de carton, de culoare albastră, pe care scrie cu majuscule. „Mijloc pentru a evita cele mai mari păcăleli posibile ale hazardului".

Acest dosar este tixit de file acoperite cu un scris fin și schițe. Pe una din foi se văd două schițe cu o scurtă explicație: „Pentru a evita catastrofele, Franceschetti trebue să meargă înainte".

Pe o alta, la data de 23 Octombrie, 46, se poate citi: „Eu am descoperit astăzi pentru ce Flack își pierde capul".

In acest dosar, Schwartz își face observațiile sale asupra jucătorilor pe care-i antrenează.

Și din cele vreo cincizeci de reguli, Schwartz prepară remediul pentru a arăta drumul de viitor. Aceste remedii de altfel au dat excelente rezultate.

Dr. David Madjear accidentat la Chamonix!

ZUERICH, 28 (Sportpres). — In cadrul competițiilor de ski dela Chamonix, bulgarul David Madjear și-a fracturat un picior pe pista de coborîre.

Păcat pentru acest simpatic doctor-skior. (N. R. Ce am putea adăuga acestei vești triste, care privește pe un vechiu cunoscut al nostru? Regretăm desigur, la rândul nostru, accidentul skiorului bulgar, pe care l-a cunoscut și apreciat anul trecut la campionatele balcanice dela Sinaia).

CAMPIONATUL MONDIAL DE HOCKEY ...IN CIFRE

Un singur joc terminat la egalitate: Suedia - Elveția 4:4.
S'au marcat 337 goaluri, în medie câte 12 la fiecare joc.
Invingătorii au înscris 278. Invinșii au înscris 51.

Cel mai mare coeficient 8,50, Cehoslovacia.
Cel mai mic coefcient 0,144, Belgia.
Scorul cel mai disproporționat 24:0, Cehoslovacia-Belgia.
Scorul cel mai strâns 6:5, Austria - Statele Unite.
Doar trei grupări au coeficient sub zero:
Polonia 0.675;
ROMANIA 0,175;
Belgia 0,144.
Cele mai multe goaluri înscrise și mai puține primite, Cehoslovacia, 85:10.
Cele mai puțin înscrise și mai multe primite, Belgia 15:104.
Patru partide câștigate la zero:
Cehoslovacia cu Polonia și Belgia;
Elveția cu Austria, și Polonia cu România.
In opt partide, învinșii n'au putut marca decât un singur goal.
Cele mai strânse matchuri:
Suedia - Elveția 4:4;
Suedia - Cehoslovacia 2:1;
Austria - Suedia 2:1;
Statele Unite - Elveția 4:3;
Austria - St. Unite 6:5;
St. Unite - Polonia 3-2;

Karres vrea să intre în Divizia A, dar pentru aceasta trebue să câștige campionatul

Apropiata reîncepere a campionatului diviziilor naționale a dat un serios impuls pregătirilor ce le fac diferitele echipe, atât în Divizia A, cât și în divizia secundă.

In seria III a Diviziei B lupta pentru titlu se reduce, acum la un duel între Karres din Mediaș și Dermata din Cluj. Dealtfel întreaga activitate a acestei serii va fi dominată de această luptă, pentrucă la capătul Diviziei, învingătorul va primi o recompensă reînoită de orice formație: intrarea în prima divizie.

Deși la locul doi, dar la egalitate de puncte cu leaderul, Karres susține că va reuși turul de forță de a intra fără... emoții în divizia A.

„Pentru aceasta, ne spune d. av. E. Bad, președintele grupării, am căutat să aduc echipa chiar în prima etapă de campionat în cea mai bună formă; aș vrea ca prin această precauție să exclud surprizele".

„Am căutat să scap din echipă de elementele cari nu duc o viață conformă cu regulele sportive și cari de abat și dela disciplina în muncă; în schimb am luat câteva elemente tinere și talentate. Sper că în viitorul campionat echipa vor fi una din divizionarele A.".

Pentru exemplificare, așa ne-a declarat că a achiziționat un halw. Penculescu, dela Vergu, și este în tratative cu Cerchady (ILSA) și un centru atacant despre care se spune că ar fi un element excepțional.

In schimb, Varday, portarul echipei a fost suspendat de conducere pe timp de 2 ani pentru abateri grave sportive și în producție, dar pedeapsa a fost redusă la 30 zile de autoritățile sportive locale.

Interlocutorul nostru s'a arătat îngrijorat însă asupra teatrului primul match de campionat, deoarece terenul din Mediaș a fost inundat de apele Târnavei.

Lotul pentru viitorul sezon este următorul: Damian, Suliock, Băcilă, Luca, Șerban, Penciulescu, Molnar, Filipescu, Niculescu, Ștefănescu-Faima Mădărășan, Munteanu, Guță, Dobay, Costea I și II, Molnar II.

Guță Tănase va fi utilizat tot returul, urmând să fie cedat Carmenului, la sfârșitul campionatului.

HANDBALLUL

In curând va începe campionatul de handball între echipele locale. Formația femenină a Karresului face antrenamente asidui, pentru obținerea supremației locale.

Deși cu inima slabă

Olandeza Nel van Vliet deține 5 recorduri mondiale de înnot

Olandeza NEL VAN VLIET constitue o curiozitate în lumea sporturilor; de fapt, medicii i-au interzis înotul, pe motivul că are inimă slabă. Și-au descoperit aceasta cu puțin înainte ca ea să fi doborît primul record mondial.

NEL VAN VLIET este un fenomen al natației. Se deosebește de Willy van Ouden, prin faptul că înoată brasse; altfel este pe urmele acesteia: a stabilit cinci recorduri mondiale. Medicii i-au permis deabia acum jumătate de an să înoate distanțe mai mari de 100 yarzi sau 100 m. Este în vârstă de 20 ani. La Sylversum a înotat 500 brasse în 7.41 m., stabilind astfel primul record; vechiul record a fost deținut de germana Annie Kopel cu 7.43,4 min.

După start, NEL VAN VLIET a înotat foarte regulat, parcurgând 400 m. în 6:08,4 min., timp cu 2 zecimi de secundă inferior recordului pe această distanță.

Pe ultimii 20 metri a avut un finish impresionant și a reușit să amelioreze recordul mondial cu 2 secunde și 4 zecimi. Actualmente se pregătește pentru recordul pe distanța de 400 metri.

NEL VAN VLIET deține însă următoarele recorduri: 100 yarzi brasse în 1:11 min., 100 metri în 1:19 min., 200 yarzi în 2:35,6 min. și 200 metri în 2:52,,6 min. Prin aceste performanțe NEL VAN VLIET este superioară și multor înotători bărbați.

Cel mai interesant fapt este însă, că NEL VAN VLIET nu înoată „buterflly" — sistem fluture. Până acum 6 luni nu înota decât distanțe scurte, aceasta la sfatul medicilor. Prima ei cursă de 200 metri brasse a înotat în 3 min., iar două săptămâni mai târziu a stabilit primul ei record

offside

s'a făcut dreptate

● A luat sfârșit un proces ce trecuse de mult pragul anonimatului, comun celorlalte neînțelegeri cu caracter sportiv.

Vâlva creiată în jurul recursurilor introduse de gruparea ITA și cei trei contestatori, a luat proporții în decursul celor câteva luni cât au ținut desbaterile și deciziile celor 3 comisii (Transferări, C. C. N. și Superioară de Apel).

Se aștepta ședința Comitetului Federal, cu nerăbdarea specifică marilor procese de drept comun. Și toate acestea pentru că se urmărea să se facă dintr'un simplu inconvenient sportiv, inerent unei activități continui, un fapt divers... de proporții.

mentalitate de profesionist

● Lăzăreanu este un jucător de foot-ball. Și pe deasupra mai este și vedetă. Dar cum vedetismul nu este un lucru pentru toți, el are și oarecari pretenții, pe care le traduce în fapt cu foarte mare conștiinciozitate.

Intâmplător, Lăzăreanu este unul dintre cei mai nemulțumiți jucători ai Ciocanului. Nu pentru că ar primi mai puțin ca alții. Doamne ferește! El vrea mai mult. E vedetă doar și are dreptul la capricii. Iată însă că acum vrea să plece dela gruparea ce-i suportă toate mofturile, pentru că primește mai mult din altă parte. Intr'un cuvânt, nu-i mai place la Ciocanul.

Ințelegem că Lăzăreanu este un profesionist, și încă de cei convins, dar puțin bun simț nu ar fi deloc de prisos.

Nu avem dreptate?

I. M.

Ultima Oră

GUS LESNEVICI a făcut k. o. pe BILLY FOX

în zece reprize, aseară la Madison Sq. Garden

NEW YORK, 1 (RADIO). — GUS LESNEVICI ȘI-A PASTRAT TITLUL DE CAMPION MONDIAL LA CATEGORIA SEMI-GREA INVINGAND PRIN „KNOK OUT" TECHNIC PE BILLY FOX, NEGRU DIN PHILADELPHIA, IN VARSTA DE 21 ANI.

MATCHUL S'A DISPUTAT VINERI SEARA LA MADISON SQUARE GARDEN ȘI FUSESE ANGAJAT PE 15 REPRIZE, DAR S'A TERMINAT IN REPRIZA A 10-a.

Luptă strânsă în campionatul de șah al Uniunii Sovietice

Keres, Boleslavschi și Smîslov dispută primul loc

Clasamentul după runda XVI-a

LENINGRAD 1 (Radio). — După runda XVI-a a campionatului de șah al Uniunii Sovietice jucată astăseară la palatul culturii „KIROV" clasamentul general este următorul: I. Boleslavschi 11 1/2 puncte; II. Paul Keres 11 (două partide întrerupte); III. Smîslov 10 1/2 (1); IV. Lilienthal 9 1/2; V. Bondarevschi 9 (2).

Echipa ROMÂNIEI de hockey s'a înapoiat în Capitală

După matchul de hockey susținut în capitala Ungariei, după această ultimă înfrângere justificată prin faptul că echipierii noștri imediat ce au sosit în Budapesta au jucat matchul cu o combinată budapestană pe o ghiață deteriorată, reprezentanții noștri la campionatele mondiale dela Praga s'au înapoiat în Capitală în cursul nopții de 28 Februarie, 1 Martie.

Obosiți de drum, jucătorii noștri au exprimat mulțumirea pentru atenția excepțională de care au fost înconjurați la Praga, sunt entuziasmați de clasa hockeyului cehoslovac, suedez și elvețian, toți căutând să ne convingă că la al XII-lea campionat mondial de hockey **„au făcut tot ce le-a fost omenește posibil pentru a reprezenta demn hockeyul românesc".**

In numărul nostru de Marți vom publica un amplu reportaj cu relatările jucătorilor noștri.